|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | N рецептуры |
| Б | Ж | У |
| День 5 | | | | | | | | |
| Завтрак для детей 2-3 лет | Каша молочная (пшенная) | 150 | 5,07 | 7,8 | 19,4 | 168,67 | 0,67 | 31 |
| Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 40 | 2,36 | 7,49 | 14,70 | 136,13 | 0,00 | 1 |
| Кофейный напиток с молоком | 150 | 0,9 | 0,97 | 9,75 | 67,5 | 0,88 | 263/264 |
| **Итого за прием пищи:** | **340** | **8,33** | **16,26** | **43,85** | **372,3** | **1,55** | **-** |
| Второй завтрак для детей 2-3 лет | Яблоко | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44 | 10,0 | 368 |
| **Итого за прием пищи:** | **100** | **0,40** | **0,40** | **9,80** | **44** | **10,0** | - |
| Обед для детей  2-3 лет | Салат капустный | 40 | 0,3 | 1,4 | 0,95 | 26,92 | 3,8 | 13 |
| Суп вермишелевый | 150 | 1,37 | 1,17 | 8,75 | 56,52 | 2,74 | 38 |
| Гречка отварная со сливочным маслом | 110 | 4,21 | 2,13 | 19,0 | 112,11 | 16,6 | 243 |
| Печень в соусе | 50 | 8,99 | 4,21 | 4,99 | 95,08 | 5,39 | 261 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 0,36 | 0,01 | 17,85 | 67,50 | 0,30 | 241 |
| Хлеб | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 71,6 | 0.00 | 123 |
| **Итого за прием пищи:** | **540** | **17,87** | **9,4** | **64,9** | **429,73** | **28,83** | - |
| Суп из рыбной консервы | 150 | 5,16 | 5,06 | 8,60 | 100,35 | 5,46 | 168 |
| Чай с сахаром | 150 | 0,00 | 0,00 | 8,98 | 32,25 | 0,00 | 263/264 |
| Хлеб | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 53,7 | 2 | 123 |
| Печенье | 15 | 0,28 | 0,38 | 2,79 | 15,54 | 0,00 | 81 |
| **Итого за прием пищи:** | **345** | **7,42** | **5,8** | **30,39** | **201,84** | **7,46** | **-** |
| **Итого за день:** |  | **34,02** | **31,86** | **148,94** | **1047,87** | **47,84** | - |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | N рецептуры |
| Б | Ж | У |
| День 5 | | | | | | | | |
| Завтрак для детей 3-7 лет | Каша молочная (пшенная) | 180 | 6,08 | 9,03 | 23,22 | 202,41 | 0,81 | 31 |
| Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 40 | 4,38 | 6,55 | 11,82 | 128,48 | 0,17 | 3 |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | 1,08 | 1,17 | 11,7 | 81 | 1,05 | 248 |
| **Итого за прием пищи:** | **400** | **11,54** | **16,75** | **46,74** | **411,89** | **2,03** | **-** |
| Яблоко | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44 | 10,00 | 368 |
| **Итого за прием пищи:** | **100** | **0,40** | **0,40** | **9,80** | **44** | **10,00** | - |
| Обед для детей  3-7 лет | Салат капустный | 60 | 0,45 | 3,65 | 1,42 | 40,32 | 5,7 | 13 |
| Суп вермишелевый | 180 | 1,63 | 1,40 | 10,44 | 67,32 | 3,28 | 38 |
| Гречка отварная | 130 | 5,06 | 2,55 | 22,8 | 134,53 | 20,0 | 243 |
| Печень в соусе | 70 | 8,99 | 4,21 | 4,99 | 95,08 | 5,39 | 261 |
| Компот из сухофруктов | 180 | 0,43 | 0,00 | 21,42 | 81 | 0,36 | 241 |
| Хлеб | 50 | 2,64 | 0,6 | 16,7 | 89,5 | 0,00 | 123 |
| **Итого за прием пищи:** | **670** | **19,2** | **12,41** | **77,77** | **507,75** | **34,73** | - |
| Полдник для детей 3-7 лет | Суп из рыбной консервы | 180 | 6,86 | 6,72 | 11,47 | 133,80 | 7,29 | 168 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 10,78 | 38,7 | 0,00 | 263/364 |
| Хлеб | 20 | 1,05 | 0,24 | 6,68 | 35,8 | 0,00 | 123 |
| Печенье | 15 | 0,28 | 0,38 | 2,79 | 15,54 | 0,00 | 81 |
| **Итого за прием пищи:** | **395** | **8,19** | **7,34** | **31,72** | **223,84** | **7,29** | **-** |
| **Итого за день:** |  | **39,33** | **36,9** | **166,03** | **1187,48** | **54,05** | - |